

## Une Plateforme de Répit pour les aidants

Des groupes d'échanges organisés pour venir en aide ... aux aidants



Une Plateforme de Répit pour les aidants

Au sein de l'Établissement public de santé de Lomagne, des haltes d'accueil reçoivent toute personne âgée avec une participation de 5 € pour 3 heures. L'équipe, composée notamment d'une assistante de soins en gérontologie, une aide à domicile et une psychologue, accueille de 14 heures à 17 heures sur les communes de Saint-Clar, les jeudis à la médiathèque, Mauvezin, les mardis à la mairie, et à Lectoure, les mercredis à l'EHPAD du Tané.

La Plateforme de Répit se maintient malgré les mesures sanitaires en vigueur, tout en veillant à protéger les personnes grâce aux gestes barrière.

Il peut être parfois difficile de passer ses journées à aider une personne âgée, surtout avec les inquiétudes actuelles. D'autant plus quand elle commence à perdre son autonomie ou qu'elle souffre d'une maladie neurodégénérative comme la maladie d'Alzheimer, Parkinson ou d'un trouble apparenté.

La plateforme de Répit Relais de Lomagne est là pour accompagner les aidants, les écouter et les conseiller à travers plusieurs actions : information, soutien psychologique, sorties, halte d'accueil, formation des aidants, groupes d'échanges... Ces derniers sont gratuits et permettent de rencontrer d'autres aidants pour discuter des difficultés à accompagner quelqu'un, de l'épuisement qui en découle, d'échanger des conseils, d'évacuer le stress, d'échanger sur les comportements étranges, sur les troubles de mémoire, sur la communication avec la personne malade ou sur tout autre thème que chacun souhaite aborder.

Ces groupes ne se font jamais sans halte d'accueil : pour un tarif de 5 € l'après-midi, ils permettent de déposer son proche le temps d'un après-midi et de prendre du temps pour soi, d'aller aux sorties ou aux groupes d'échanges.

La Plateforme invite les aidants à venir gratuitement aux prochains groupes d'échange de **Mauvezin**, le **mardi 24 novembre**, de **Lectoure**, le **mercredi 25 novembre**, ou de **Saint-Clar**, le **jeudi 26 novembre**.

Si vous connaissez des personnes concernées, n'hésitez pas à relayer cette information à celles qui peuvent être intéressées et qui sont dans cette situation d'aidant.

Les inscriptions se font au **05.62.64.21.42**.

Contact par mail à : [pfr@epslomagne.fr](mailto:pfr@epslomagne.fr)

Vous êtes aidant ? Vous avez besoin de temps pour vous  
ou d'informations ? Vous accompagnez un proche en perte d'autonomie  
ou touché par la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée ?

**L'Etablissement Public de Santé  
de Lomagne**  
vous propose  
**La Plateforme de répit**



**Le Mardi**  
de 14h00 à  
17h00  
à Mauvezin  
Mairie

**Le Mercredi**  
de 14h00 à  
17h00  
à Lectoure  
EHPAD Tané

**Le Jeudi**  
de 14h00 à  
17h00  
à St Clar  
Médiathèque

EHPAD et Hôpital  
Fleurance - Lectoure  
**EPSL**  
Etablissement Public de Santé de Lomagne